

**PENGARUH VARIASI LATIHAN *LADDER DRILLS* TERHADAP
PENINGKATAN KECEPATAN TENDANGAN DEPAN ATLET PENCAK
SILAT SMP PLUS ARRIYADHOH**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jasmani*



Oleh:

Nurfadil Hidayat

NIM. 2124220052

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS GALUH
2026**